



Bifteki mit Fetafüllung

dazu Ofenkartoffeln und Gurkensalat



30-40min



2 Personen

Wir bringen euch mit diesem griechischen Klassiker direkt ans Mittelmeer: Die herhaften Frikadellen aus gemischem Schweine- und Rinderhack und frischer Petersilie werden mit Feta gefüllt. Dazu gibt es mit Tomate verfeinerte Ofenkartoffeln und Gurkensalat. Der Name Bifteki leitet sich übrigens vom englischen „beef steak“ ab. Guten Appetit – oder wie die Griechen sagen: kalí órexí!

Was du von uns bekommst

- 500g festkochende Kartoffeln
- 1 Dose Tomatenmark
- 2 Knoblauchzehen
- 10g frische Petersilie
- 1 Packung gemischtes Hackfleisch (Rind & Schwein)
- 1 Päckchen „Beef Classic“- Gewürzmischung ¹⁰
- 1 Packung Fetakäse ⁷
- 1 Gurke

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ³
- Olivenöl
- Essig
- Zucker
- Salz und schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

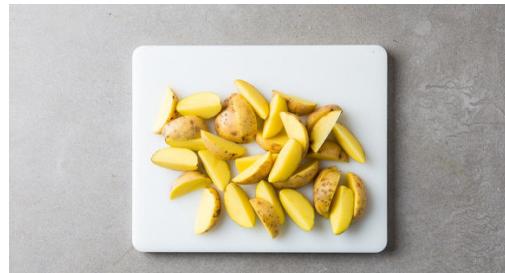
Wer kein Ei hat, kann auch 2EL Mehl verwenden.

Allergene

Eier (3), Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 910kcal, Fett 57.9g, Kohlenhydrate 47.4g, Eiweiß 45.6g



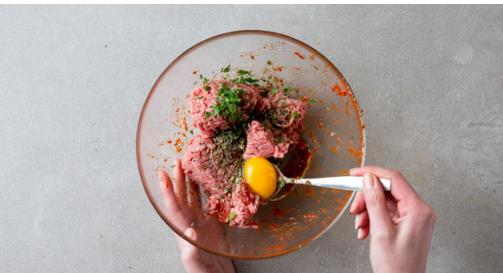
1. Kartoffeln schneiden

Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Kartoffeln** in ca. 2cm breite Spalten schneiden oder der Länge nach vierteln.



2. Kartoffeln backen

Die **Kartoffeln** mit 1EL Olivenöl, der **1/2 des Tomatenmarks** sowie Salz und Pfeffer vermengen. Auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen und 20-25Min. im Ofen backen.



3. Hackfleisch vorbereiten

Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln. Die **Petersilienblätter** abzupfen. Die **1/2 der Petersilienblätter** fein hacken. Das **Hackfleisch** mit dem **Knoblauch**, der **fein gehackten Petersilie**, dem **restlichen Tomatenmark**, der **Gewürzmischung**, 1 Ei sowie Salz und Pfeffer gut verkneten. Die **restliche Petersilie** grob hacken.



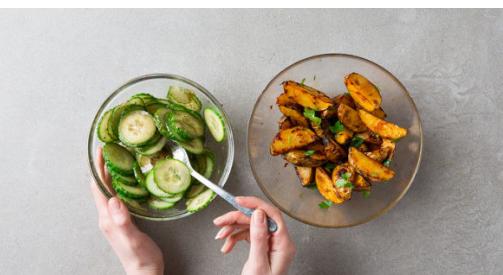
4. Bifteki formen

Die **Hackfleischmasse** in **2 gleich große Portionen** teilen. Jede Portion ca. 1cm dick ausbreiten und den **Feta** gleichmäßig in die Mitte krümeln. Die **Fleischränder** sorgfältig über dem **Käse** verschließen.



5. Bifteki braten

Die **Bifteki** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite ca. 3Min. anbraten. Anschließend salzen und pfeffern, zwischen die **Kartoffeln** auf das Backblech geben und ca. 10Min. im Ofen zu Ende garen.



6. Salat zubereiten

Die **Gurke** in feine Scheiben schneiden. Aus 2EL Olivenöl, 2EL Essig, 1/2TL Salz und 1 Prise Zucker ein **Dressing** anrühren und mit den **Gurken** vermengen. Die **restliche Petersilie** unter die **Kartoffeln** mischen und ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Bifteki** mit den **Kartoffeln** und dem **Gurkensalat** anrichten und servieren.